

第 25 回ウォーキング

A N D

ジョギング大会実施要綱

期日 令和 3 年 12 月 12 日（日）

主催 兵庫県ブラインドマラソン協会

実施要綱

1. 目的
ジョギングやウォーキングを通して障害者のスポーツ活動の普及、発展をはかるとともに、スポーツ活動を通じたＱＯＬの向上を目的とする。
2. 主催
兵庫県ブラインドマラソン協会
3. 期日
令和３年１２月１２日（日）
4. 会場
明石公園ランニングコース（周回約１.５km）
（住所） 明石市明石公園１－２７
5. 参加資格（いづれかに該当していること）
 - （１） 兵庫県在住者で障害手帳を有するもので、主催者が認めた者
 - （２） ひょうご伴走・歩協会に所属する者
6. 競技方法
 - （１） 競技タイム申告制とする
 - （２） タイム申告競技とは、参加種目に対する完走、完歩時間をあらかじめ申告し、その申告した時間でいかに正確にゴールできるかを競うもの。その際、時計などの時間を知るものを持ってはならず、伴走者がいる場合はペースなどのアドバイスを受けてはならない。
 - （３） 単独での走歩が不可能な者は伴走者を認める。伴走者の見つからない者は主催者側で準備する。
 - （４） 伴走者はどんな方法でも良いが、両者の間が常に５０cm以下であり、他のランナーの迷惑にならないものとする。
 - （５） 申告タイムは１２０分以下とする。
7. 競技種目
 - （１） ３km ウォーキングの部
 - （２） ４.５km //
 - （３） ６km ジョギングの部
 - （４） ９km //
8. 表彰
大会終了後、表彰式はおこなわず、後日事務局より参加者に連絡する。
9. 参加料 無料
10. その他
 - （１） 事故によるケガについては、主催者で応急処置のみ実施するが、それ以外は

自己の責任において行うこと。なお、参加については健康と安全に十分留意すること。

(2) 大会参加者に遵守していただきたい事項について

- ① コロナ感染に不安ある方は参加しない。
- ② 参加日の朝、体温を測定し、平熱以上であれば参加しない。
- ③ マスクを着用し、会話する際は、可能な限り真正面を避ける。
- ④ 手指の消毒や、手洗いをしっかり行う。
- ⑤ できるだけ他の方との身体的距離を 2m 確保し、密接しない。
- ⑥ 自分の給水は自分で用意する。
- ⑦ 運動時に呼吸が苦しくなれば、運動強度を下げたり、止まったりして回復を待つ

(3) 雨天中止とする（小雨決行）。中止の場合は参加者に電話連絡をする。

1 1. 日程

- (1) エントリー受付 10:00～10:30
- (2) 競技スタート エントリー受付後すみやかに各自スタートし、終了後は、流れ解散。
- (3) 表彰は当日おこなわない。

1 2. 問い合わせ、申し込み

〒651-2177

神戸市西区美賀多台6-3-1 15-202

兵庫県ブラインドマラソン協会担当 橋本

TEL 078-991-3460（当日は 080-8324-0089）

FAX 078-991-3460

1 3. 申し込み締切

申し込みは12月4日（土）までに行ってください。

1 4. その他

役員、ボランティアは大会準備、説明のため9時30分に現地集合してください。

（念のため、体温計や手指消毒液を用意する）